

Det er **LETTERE** å prøve  
å gjøre noe som er  
**VANSKELIG**  
når...

Jeg føler meg trygg.

Det er **LETTERE** å prøve  
å gjøre noe som er  
**VANSKELIG**  
når...

Jeg er velregulert.

Det er **LETTERE** å prøve  
å gjøre noe som er  
**VANSKELIG**  
når...

Jeg ikke har publikum.

Det er **LETTERE** å prøve  
å gjøre noe som er  
**VANSKELIG**  
når...

det er meningsfullt for meg,  
og/eller jeg forstår hvorfor jeg  
skal/bør gjøre det.

Det er **LETTERE** å prøve  
å gjøre noe som er  
**VANSKELIG**  
når...

Jeg er vant til at innsatsen  
min blir anerkjent.

Det er **LETTERE** å prøve  
å gjøre noe som er  
**VANSKELIG**  
når...

Jeg kan regne med  
vennlighet + støtte  
- selv når jeg ikke lykkes.